帮你减少内疚

致天使,

可能这一生你会做错一些事，然后一直过不去，导致自己不开心很久，所以希望这篇文章能在某个时候帮到你。

看到这篇文章是你的缘。

你现在正在做的事的想法是怎么产生出来的呢？

是因为 bla bla bla 的影响

那让你产生认识 bla bla bla 的想法是怎么产生出来的呢？

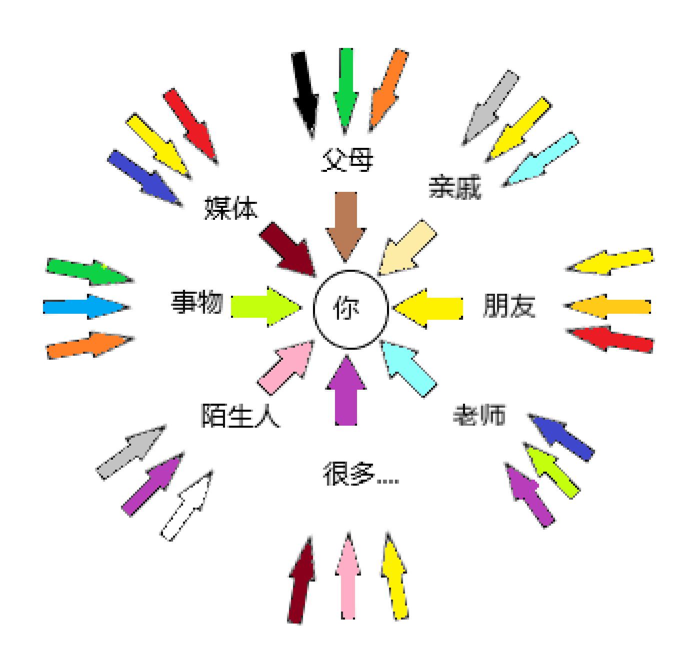
是因为 bili bili bili 的影响

那让你产生认识 bili bili bili 的想法是怎么产生出来的呢？

继续按照这个模式问下去 你就会知道答案

给你看一张图

对你做出一件事的影响图

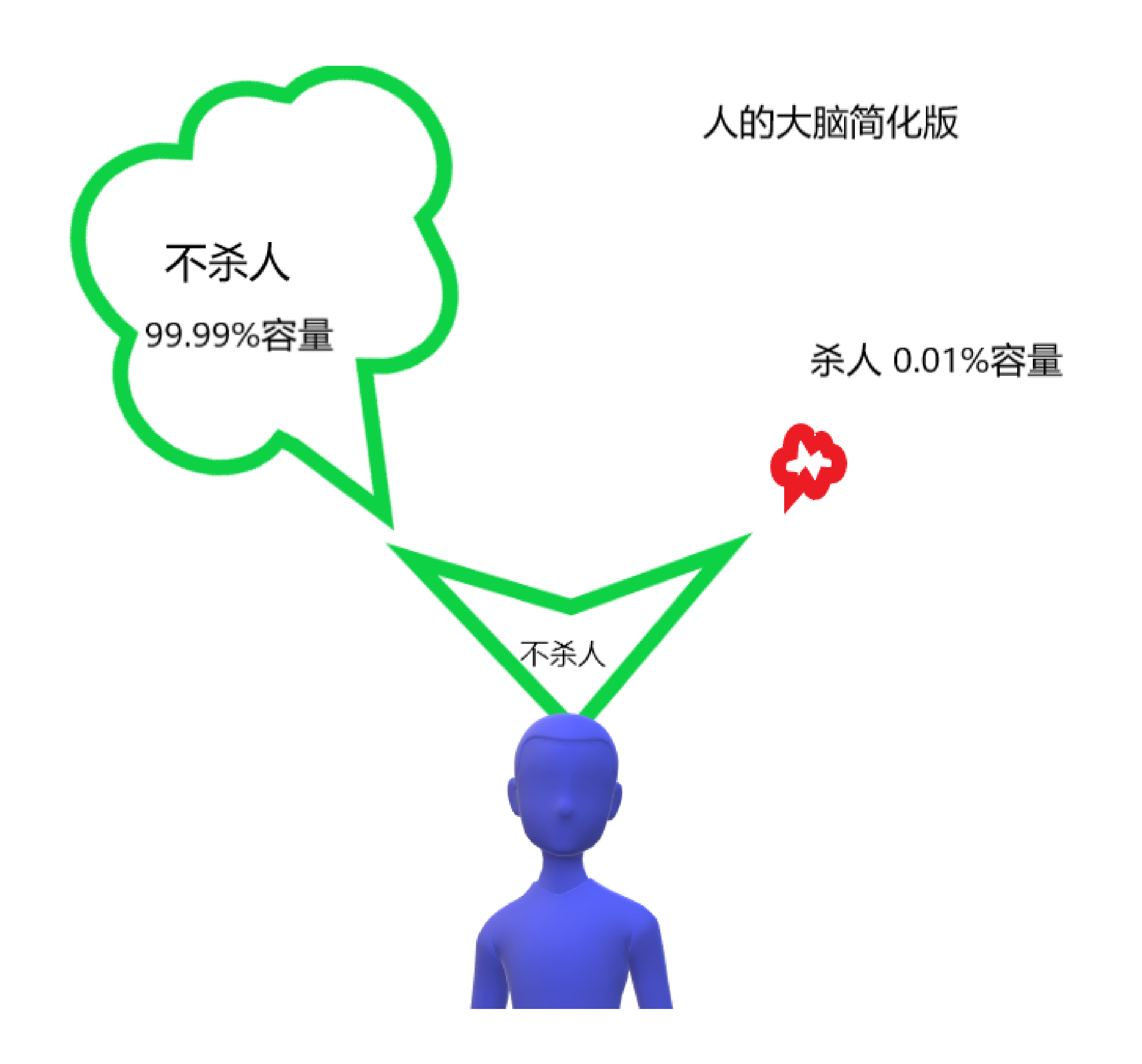


而且就算有命运, 但是我们不知道未来会发生什么，那知道跟不知道也没有太大区别嘛 嘻嘻嘻

每个阅读这篇文章的人悟性也不一样 (一千个人眼里有一千个哈姆雷特)。

毕竟现在就算是我告诉你去发动一场世界大战你也大概率不会做。

给你看张图



所以未来的你由未来的你负责就行啦，毕竟人的大脑会在当时的情况做出它以为最有利的决定，世事无常呀！

而现在的你要为现在的你负责，要爱自己呀！

给自己制定一些原则放在原则小本本，遇到状况的时候就用原则对应情况就是了。

我给你几个默认原则吧。

1 当下开心

2爱护身体和心灵的健康

3 多休息

4 减少期望

这四个原则可以减少矛盾，也就间接地少做错事了。

这人生啊，就当看场过山车类型的电影吧 嘻嘻嘻